

BAB II

LANDASAN TEORETIS

A. Kerangka Teori

Teori ini akan menjelaskan hal-hal yang berkaitan dengan pokok permasalahan penelitian. Adapun kajian teori yang akan dijelaskan penulis adalah kajian teori yang berhubungan dengan Pengertian Masa *Remaja* dengan pendidikan agama islam dan *Self Control* serta faktor Pendukungnya.

1. Masa Remaja dan Pendidikan Agama Islam

Masa remaja atau fase remaja adalah masa perubahan atau transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Menurut Konopa yang dikutip Syamsu Yusuf, fase remaja ini meliputi : a) remaja awal : 12-15 tahun; b) remaja madya : 15-18 tahun, dan c) remaja akhir : 19-22 tahun.¹ Dalam budaya Amerika, periode remaja ini dipandang sebagai masa “*storm & Stress*, frustasi dan penderitaan, konflik dan krisis penyesuaiaan, mimpi dan melamun tentang cinta, dan perasaan

¹ Syamsu Yusuf, *Psikologi perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2011), h. 184

teralienasi (tersisihkan) dari kehidupan social dan budaya orang dewasa.² Menurut psikolog permulaan Amerika, Stanley Hall, yang dikutip Sri Lestari, menganggap bahwa *strom and stress* merupakan fenomena universal pada masa remaja dan bersifat normatif. Fenomena tersebut karena remaja menjalani proses evolusi menuju kedewasaan.³ Harnold Alberty, yang dikutip oleh Abin Syamsuddin M, menyatakan bahwa periode masa remaja itu kiranya dapat didefinisikan secara umum sebagai suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seseorang yang terbentang sejak berakhirnya masa kanak-kanaknya sampai datangnya awal masa dewasanya.⁴ Menurut Erikson, yang dikutip oleh Desmita, mengatakan bahwa pada masa *adolesan* (remaja) mengalami peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Tahapan ini dinamakan dengan tahap identitas dan kekacauan identitas, yaitu tahap perkembangan psikososial yang berlangsung bertahun-tahun

²*Ibid.*

³ Sri Lestari, *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan konflik dalam Keluarga*, (Jakarta, Kencana : 2012), h.108-109

⁴ Abin Syamsuddin Makmun, *Psikologi Kependidikan Perangkat Sistem Pengajaran Modul*, (Bandung : Remaja Rosdakarya), h. 130

masa remaja. Pada tahap ini anak diharapkan mencari jati diri.⁵ Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, diawali dengan matangnya organ-organ fisik sehingga mampu bereproduksi.⁶ Menurut *Piaget*, bahwa anak adalah pemikir aktif dan konstruktif yang melalui interaksi dengan lingkungannya, membentuk perkembangan mereka sendiri.⁷

Berdasarkan pendapat para ahli tentang masa remaja tersebut penulis menganalisa bahwa pada umumnya masa remaja dianggap sebagai masa yang paling sulit dalam tahap perkembangan individu. Para psikolog selama ini memberi label masa remaja sebagai masa *storm and stress*, untuk menggambarkan masa yang penuh gejolak dan tekanan. Di fase remaja yang akan penulis bahas adalah remaja awal yaitu remaja yang berumur sekitar 12-15 tahun atau remaja pada jenjang pendidikan sekolah menengah pertama (SMP). Pada periode ini banyak perubahan dari aspek perilaku dan kepribadian individu remaja. Maka timbulah pertanyaan seberapa pentingkah *self control* pada

⁵ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung : Rosdakarya, 2009), h. 43-44

⁶ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2012), h. 184

⁷ *Ibid*, h. 109

remaja? Apa upaya remaja dalam melaksanakan *self control*? Pada masa pencarian identitas remaja akan merasakan kekacauan, kebingungan, cemas, dll.

Menurut Desmita dalam bukunya psikologi perkembangan peserta didik, mengatakan bahwa masa remaja SMP (12-15 tahun) merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa. Masa remaja dikenal dengan masa pencarian jati diri (*ego identity*). Masa remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting, seperti :

- a. Mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya.
- b. Dapat menerima dan belajar peran social sebagai pria atau wanita.
- c. Menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Memilih dan mempersiapkan karir di masa depan sesuai minat dan kemampuannya.
- f. Mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan.
- g. Mengembang keterampilan intelektual.
- h. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab.

- i. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika bertingkah laku.
- j. Mengembangkan wawasan keagamaan dan meningkatkan religiusitas.⁸

Berdasarkan karakteristik remaja di atas penulis menganalisa bahwasannya pada masa remaja anak mampu berfikir *religious* dan sudah dapat memahami konsep tuhanan. Mereka sudah dapat membedakan kebenaran agama yang dia anut, dan mulai mencari-cari kebenaran sesungguhnya. Remaja mampu mempertimbangkan segala kemungkinan untuk mengatasi suatu masalah dari beberapa sudut pandang dan berani mempertanggung jawabkan.

Berhubungan dengan masa remaja penulis mengaitkan dengan pendidikan Islam yang sesuai dengan perkembangan masyarakat saat ini yang semakin dinamis sebagai akibat kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, maka aktualisasi pendidikan islam yang didasari dari nilai-nilai *Al-Qur'an* menjadi sangat penting. Menurut Plato, yang dikutip oleh Muhmidayeli, menyatakan bahwa idea tentang kebaikan memberikan konsekuensi logis pada pengembangan pengetahuan dan

⁸Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : Rosdakarya, 2012), h.37

oleh karena itu, bangunan pendidikan mestilah diarahkan pada pembentukan hidup yang baik yang tergambar pada prinsip keadilan.⁹ Menurut Kadar M, dalam bukunya yang berjudul ; Tafsir tarbawi, menyatakan bahwasannya “guru berarti orang yang digugu atau orang yang dituruti fatwa dan pekataannya”.¹⁰ Sedangkan menurut Uzer Usman dalam bukunya menjadi guru professional menyatakan bahwa kepribadian seseorang mengacu kepada nilai-nilai yang sangat berkembang dengan teratur sehingga tingkah laku menjadi lebih konsisten dan lebih mudah diperkirakan.¹¹ Dalam Undang-Undang RI No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal (1) ayat (1) dijelaskan, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara. Butir kesembilan kode etik guru

⁹ Muhmidayeli, *Filsafat Pendidikan*, (Bandung: Refika Aditama, 2011), h. 114

¹⁰ Kadar M. Yusuf, *Tafsir Tarbawi*, (Riau : Zanafa Publishing, 2011), h. 80

¹¹ Uzer Usman, *Menjadi Guru, Profesional*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 1994), h.31

Indonesia “Guru melaksanakan segala kebijaksanaan pemerintah dalam bidang pendidikan”.¹² Guru ideal adalah mereka yang mengajarkannya dengan ikhlas karena Allah, menonjolkan kebesaran dan kekuasaannya lewat contoh-contoh ilmiah.¹³ Menurut Kusnadi, “*Sebagai pendidik, guru mempunyai citra yang baik di tengah masyarakat*”.¹⁴

Maka menurut penulis, guru sangatlah berperan penting untuk selalu memberikan perhatian pada pendidikan dan apa yang perlu dilakukan dalam keseharian peserta didik, terutama pada masa remaja yang sedang mengalami perubahan perkembangan psikologi. Oleh sebab itu pendidikan islam merupakan salah satu solusinya agar tercapainya remaja yang berakhlak karimah. Berkaitan dengan pendidikan tidak kurang karena jasa dari guru, sebagai panutan guru menjadi teladan yang tidak jarang ditiru oleh muridnya. Berdasarkan pendidikan yang diberikan guru kepada peserta didik akan mengetahui bahwa terdapat pesan dalam Alqur`an dan Hadist sebagai dasar pedoman pendidikan islam.

¹² Hasbullah, *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2011), h. 306

¹³ Husein Syahatah, *Ath- Thariq ila AtTafawuq*, Terj: Abdul Baari, *Sukses Belajar Cara Islam*, (Bandung : Mizan Publika, 2004), h. 46

¹⁴ Kusnadi, *Profesi dan Etika Keguruan*, (Pekanbaru : Pusaka Riau, 2012), h.

Guru pendidikan islam juga menjadi instrument utama bagi perkembangan dan kemajuan peserta didik terutama di masa remaja yang sedang mencari jati dirinya. Untuk itu, setelah orangtua guru di sekolah juga mempunyai peranan penting dalam membantu remaja untuk memberikan pendidikan islami.

Karakteristik anak usia remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting, yaitu :

- a) Mencapai hubungan matang dengan teman sebaya.
- b) Dapat menerima dan belajar peran social sebagai pria atau wanita.
- c) Menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif.
- d) Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya.
- e) Memilih dan mempersiapkan karier di masa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya.
- f) Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga Negara.
- g) Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara social.

- h) Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam bertingkah laku.¹⁵

Ilmu pendidikan dipahami dalam dua pengertian, yaitu sebagai seni mendidik (*the art of educating*). Anak memiliki kemampuan seluas samudra: kemampuan kognitif yang menghasilkan daya pikir positif, kemampuan psikomotorik yang menghasilkan karya bermanfaat dan penampilan yang dahsyat, serta kemampuan afektif yang menghasilkan nilai dan karakter yang manusiawi serta fitrahnya.¹⁶ Disini penulis menyimpulkan tentang karakteristik remaja yang telah disebutkan, bahwasannya remaja telah memiliki beberapa karakter penting yang perlu diketahui. Sedangkan guru sebagai pendidik disekolah, tidak semata-mata sebagai pengajar yang *mentransfer of knowledge*, tetap juga sebagai pendidik yang *transfer of value* dan sekaligus “pembimbing” yang memberikan pengarahan dan menentukan siswa dalam belajar sesuai karakteristik remaja. Guru yang ideal selalu menganalisa karakteristik dari peserta didiknya.

¹⁵ Desmita, *Op., Cit*, h. 37

¹⁶ Munif Chatib, *Orangtuanya Manusia*, (Bandung : Kaifa, 2013), h.86

Maka menurut Zainun Kamal, dalam bukunya ; *Menuju Kesempurnaan Akhlak ; Filsafat Etika*, mengatakan bahwa, agar jiwa manusia mencintai kemuliaan, terutama yang datang dari agama, bukan yang datang melalui uang. Agar membiasakan diri melaksanakan kewajiban agama.¹⁷

Menurut penulis pendidikan islam selalu dilakukan dengan cara mendidik dengan baik antara teori dan praktek yang terangkum dalam ilmu pendidikan. Sebagai pendidik yang baik guru dapat mengajarkan berbagai disiplin ilmu dengan mengkaitkan beberapa fenomena kepada peserta didik, agar terciptanya peserta didik khususnya pada masa remaja yang sedang bergejolak berkembang menjadi remaja yang memiliki pendidikan islam dan mengimplikasinya dengan islami.

2. Self Control serta Kendala-kendalanya.

Self control (pengendalian diri) adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan impuls-impuls atau tingkah laku implusif.¹⁸ Menurut Lazarus, seorang pakar

¹⁷ Zainun Kamal, *Menuju Kesempurnaan Akhlak ; Filsafat Etika*, (Bandung : Mizan, 1994), h. 76

¹⁸ Rahayu ginintasasi, *Self control*, http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI/195009011981032- (Bandung : Upi, 2011), h. 1

psikologi yang dikutip Syamsul Bachri dalam bukunya tentang psikologi pendidikan, menjelaskan bahwa kontrol diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu sebagaimana yang diinginkan.¹⁹ Rahayu, dalam artikelnya ; Solusi atasi gangguan mood, mengatakan bahwa sikap implusif adalah sikap yang tidak memikirkan konsekuensi tindakannya, berbicara cepat, dan sering mengalami susah tidur.²⁰ Menurut kamus psikologi, yang dikutip adi gunawan menyatakan, definisi kontrol diri atau *self control* adalah kemampuan individu untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri dan kemampuan untuk menekan atau menghambat dorongan yang ada.²¹ Dengan pemahaman baru tentang makna dan hikmah ajaran agama bagi kesehatan mental, dan kepentingan hidup pada umumnya,

¹⁹ Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Jakarta : Kencana, 2010), h. 107

²⁰ Indah Damayanti, *Artikel; Solusi Atasi Gangguan Mood*, (Pekanbaru : Majalah Venus, 2012), h. 31

²¹ Adi gunawan,
<http://adiwgunawan.com/awg.php?cohttp://azrl.wordpress.com/2008/10/26/mengendalikan-diri/>

remaja akan mampu mengatasi kesulitannya, dan mampu mengendalikan diri.²²

Pelaksanaan *self control* merupakan salah satu tujuan pendidikan nasional. Pasal 1 UU Sisdiknas tahun 2003 menyatakan bahwa diantara yang dimaksud pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, **pengendalian diri**, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterlampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.²³

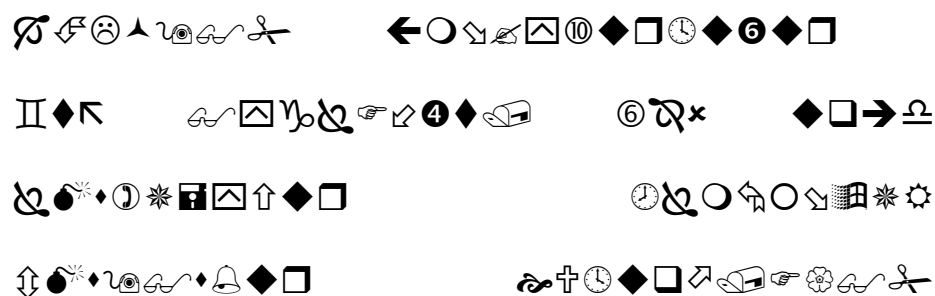
Berdasarkan beberapa kutipan tersebut penulis menyimpulkan bahwa *self control* merupakan kemampuan individu untuk membimbing tingkah lakunya, agar dapat selalu terkontrol dari segala macam gerak hati yang timbul tanpa adanya pertimbangan. Kemampuan individu untuk menekan dorongan hati yang timbul untuk melakukan sesuatu tanpa memikirkan pertimbangan. Berbagai permasalahan yang sering muncul dalam kehidupan ini banyak

²² Kadar M. Yusuf, *Op. Cit.*, h. 178

²³ Hasbullah, *Op.Cit*, h. 305

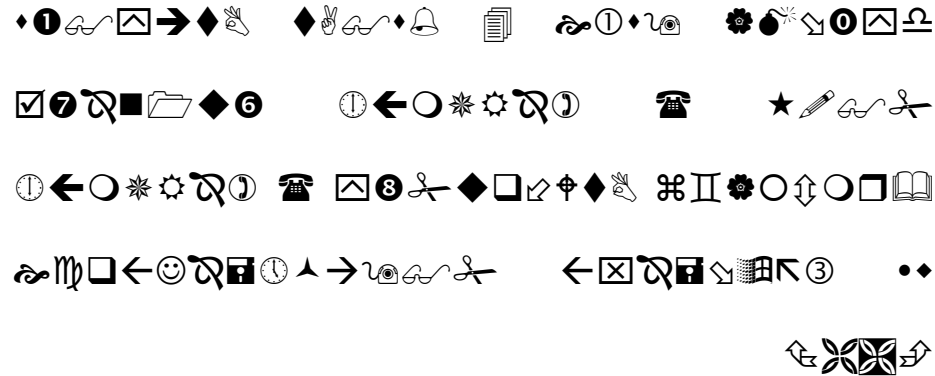
diakibatkan oleh ketidak mampuan seseorang dalam mengendalikan diri (*self control*). Penulis sangat ingin mensosialisasikan pengetahuan *self control* terutama pada usia remaja, agar lebih kuat sekarang dan masa mendatang dalam menghadapi gangguan yang timbul dilingkungan sekitarnya seperti mengelola emosi, amarah, dan kesedihannya. Kemampuan menekan emosi diri yang timbul atau menekan tingkah laku yang bersifat cepat secara tiba-tiba.

Menurut Munif, ketika stres bersemayam dalam diri anak yang sudah remaja, ini bagaikan pintu yang terbuka lebar untuk pengaruh lingkungan yang buruk : Tawuran, kenakalan remaja, pergaulan bebas dan narkoba semuanya sangat mudah melahap remaja kita dalam kondisi stres.²⁴ Sebagaimana firman Allah dalam surat Yusuf ayat 23:²⁵



²⁴ Munif Chatib, *Op.,Cit*, h.148

²⁵ Hasan Basri Alkuhfi, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta : Pena Pundi Aksara, 2008), h. 294



Artinya : Dan wanita (zulaikha) yang yusuf tinggal di rumahnya menggoda yusuf untuk menggoda dirinya (kepadanya) dan dia menutup pintu-pintu, seraya berkata : “Marilah mendekat kepadaku”, Yusuf berkata : “Aku berlindung kepada Allah, sungguh tuanku telah memperlakukan aku dengan baik”. Sesungguhnya orang-orang yang zalim tiada akan beruntung.

Dari ayat tersebut penulis mengambil kesimpulan bahwa orang yang dapat mengendalikan diri dari perbuatan dzalim termasuk orang-orang yang beruntung, maka setiap insan baik pastinya akan dilindungi dan diberkahi kehidupannya. Masa remaja sering kali diuji dengan godaan jika remaja bisa mengupayakan *self control* berarti remaja sudah sukses dan berhasil menyelesaikan urusan dari permasalahannya.

Seorang remaja yang dapat mengendalikan diri dari pengaruh lingkungan yang merugikan seperti yang telah di sebutkan sebelumnya, maka remaja tersebut sudah berupaya dalam *self control*. Dalam pengertian yang umum pengendalian diri lebih menekankan pada pilihan tindakan yang akan memberikan manfaat dan keuntungan yang lebih luas, tidak melakukan perbuatan yang akan merugikan dirinya di masa kini maupun masa yang akan datang dengan cara menunda kepuasan sesaat. Maka kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk membimbing perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif, dan terciptanya suasana aman, nyaman dan penuh cinta kasih. Remaja juga di harapkan dapat mengantisipasi akibat-akibat negatif yang di timbulkan pada masa *stroom and stress period*.

Remaja dalam masa peralihan dan menemukan jati dirinya sering mengalami kendala dalam melaksanakan *self control* sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku menyimpang pada remaja adalah sebagai berikut:²⁶

- a. Kelalaian orangtua dalam mendidik anak (memberikan ajaran dan bimbingan tentang nilai-nilai agama).

²⁶ Samsyu Yusuf, *Op., Cit.* h. 212

- b. Perselisihan atau konflik orangtua (antar anggota keluarga).
- c. Perceraian orangtua.
- d. Penjualan alat-alat kontrasepsi yang kurang terkontrol.
- e. Hidup menganggur.
- f. Kurang dapat memanfaatkan waktu luang.
- g. Sikap perlakuan orangtua yang buruk terhadap anak.
- h. Kehidupan ekonomi keluarga morat-marit atau miskin.
- i. Diperjual belikannya obat-obatan terlarang secara bebas.
- j. Kehidupan moralitas masyarakat yang bobrok.
- k. Beredarnya film-film atau bacaan-bacaan porno.
- l. Pergaulan negative (teman bergaul yang sikap dan perilakunya kurang memperhatikan nilai-nilai moral).

Menurut penulis faktor-faktor yang menjadi kendala pada remaja tersebut harus dapat diatasi agar dapat terhindar dari tindakan impulsif yang rawan mengancam terutama pada para remaja, maka faktor pendukung remaja dalam melaksanakan *self control* harus senantiasa di wujudkan. Dimasa remaja banyak sekali permasalahan yang dapat memicu kegalauan, maka motivasi atau dukungan sangatlah dibutuhkan. Menurut Wina Sanjaya, dalam

bukunya Kurikulum dan pembelajaran menyatakan bahwa motivasi memiliki dua fungsi, seperti : *Pertama*, sebagai pendorong remaja untuk beraktifitas, agar tidak terlarut dengan permasalahan satu yang sedang dialami remaja. *Kedua*, motivasi berfungsi sebagai pengarah, karena remaja akan lebih bersungguh-sungguh mencari solusi dengan melakukan aktifitas positif apabila ada sesuatu yang mengarahkan agar tidak tersesat.²⁷

Dari pendapat tersebut penulis menyimpulkan betapa pentingnya motivasi bagi remaja selain fungsinya sebagai pendorong dan pengarah, motivasi juga menjadi instrument utama bagi remaja di masa perkembangannya. Teori motivasi ini banyak menyajikan hasil yang baik dan bermanfaat bagi kehidupan agar dapat sukses dari satu urusan maka manusia harus banyak mencari motivasi bagi dirinya dan mengupayakan *self control* dengan maksimal.

2.1. Jenis-Jenis *Self Control*

²⁷ Wina Sanjaya, *Kurikulum dan Pembelajaran*, (Jakarta: Kencana, 2009), h. 251-253

Self Control yang digunakan seseorang dalam menghadapi situasi tertentu, meliputi :²⁸

a. *Behavioral control* (Mengontrol perilaku),

Menurut Adi Gunawan, *behavioral control* adalah kemampuan untuk mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Adapun cara yang sering digunakan antara lain dengan mencegah atau menjauhi situasi tersebut, memilih waktu yang tepat untuk memberikan reaksi atau membatasi intensitas munculnya situasi tersebut. Menurut penulis, mengontrol perilaku dapat dilaksanakan seseorang sebagai tindakan pencegahan agar dapat menahan diri dari tindakan yang tidak terkendali atau tergesa-gesa. Seperti : Seseorang yang beristigfar dan melakukan wudhu sebagai perilaku menahan dari emosi.

b. *Cognitive control* (Mengontrol Kognitif),

Menurut Piaget, yang dikutip Desmita, anak di usia remaja sudah dapat memikirkan sesuatu yang akan atau mungkin terjadi, sesuatu yang abstrak.²⁹ Menurut Adi Gunawan, *cognitive control*

²⁸ Adi gunawan, *Op. Cit.*, h. 8

²⁹ Desmita, *Op., Cit*, h. 195

adalah kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai dan menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Menurut penulis, remaja sudah dapat memikirkan secara logis konsekuensi yang akan dihadapi dari setiap keputusan atau permasalahan yang sedang dihadapi dan berusaha mencari solusinya.

c. *Decision control* (Mengontrol keputusan),

Menurut Adi Gunawan, *decision control* adalah kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.³⁰ Sedang menurut Desmita, mengambil keputusan (*decision making*) merupakan salah satu bentuk perbuatan berfikir dan hasil dari perbuatan itu disebut keputusan.³¹ Maka penulis menyimpulkan bahwa *decision control* adalah jenis *self control* yang digunakan individu disaat sedang mengalami situasi yang membuat ia harus mengambil keputusan. Jadi, usia remaja dianggap sudah dapat memberi keputusan yang bijaksana dan dapat dipertanggung jawabkan.

³⁰ Agi Gunawan, *Loc., Cit.*

³¹ Desmita, *Op., Cit.*, h. 198

d. *Informational control (Mengendalikan Informasi)*,

Menurut Adi Gunawan, kesempatan untuk mendapatkan informasi mengenai kejadian yang menekan, kapan akan terjadi, mengapa terjadi dan apa konsekuensinya. Menurut Desmita, orang tua dapat memberikan nasehat, petunjuk, dan saran mengenai bagaimana remaja seharusnya bertindak mengenai menyelesaikan masalah dengan mudah sesuai pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki orang tua.³² Menurut penulis, jenis *self control* ini sangat dibutuhkan sebagai pengetahuan yang berupa informasi penting sebagai pembimbing diri agar lebih mengetahui mengenai informasi actual atau dampak dari sesuatu.

e. *Retrospective control (Mengontrol Menafsirkan Peristiwa)*,

Menurut Adi Gunawan, Kemampuan untuk menyinggung tentang kepercayaan mengenai apa atau siapa yang menyebabkan sebuah peristiwa yang menekan setelah hal tersebut terjadi. Jadi, penulis menganalisa bahwasannya dengan *self control* jenis ini digunakan individu sebagai bentuk perenungan mengapa peristiwa ini

³² *Ibid* , h. 204

terjadi dan sebab akibat dari sebuah peristiwa sehingga individu mampu menyimpulkannya.

Dari jenis-jenis *self control* penulis menganalisa bahwasannya *self control* adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mempengaruhi keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan mengolah informasi dengan menilai dan menggabungkan suatu kejadian dalam kognitif guna mengurangi tekanan, kemampuan memilih tindakan berdasarkan yang diyakini, kemampuan mendapatkan informasi kejadian mengenai suatu peristiwa, dan kemampuan individu dalam menafsirkan peristiwa. Dari jenis *self control* tersebut manusia penulis ingin melakukan penelitian tentang *self control* terutama pada tingkat remaja .

2.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi *self control*

Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam melaksanakan *self control* (pengendalian diri), adalah sebagai berikut :

- a. Kepribadian
- b. Situasi
- c. Etnis
- d. Pengalaman

e. Usia³³

Menurut *G. Stanley Hall*, seorang ahli psikologi dan pendidikan meyakini melalui mekanisme evolusi remaja dapat memperoleh sifat-sifat tertentu melalui pengalaman hidupnya yang kritis.³⁴ Jadi, menurut penulis, bilamana anak tumbuh berkembang pada lingkungan yang positif maka mereka akan memperoleh sifat-sifat positif yang mengembangkan nilai-nilai insaninya. Dari beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self control* penulis dapat menganalisa bahwa faktor yang mempengaruhi *self control* seperti : Kepribadian, situasi, etnis, pengalaman dan usia pada seseorang. Maka, setiap individu berusaha bagaimana mengupayakan dirinya agar dapat melaksanakan *self control*. Upaya remaja dalam melaksanakan *self control* akan lebih mudah apabila segala faktor tersebut sudah ada pada diri remaja.

Kepribadian mempengaruhi kontrol diri dalam konteks bagaimana seseorang dengan tipikal tertentu bereaksi dengan tekanan yang dihadapinya dan berpengaruh pada hasil yang akan diperolehnya. Setelah kepribadian, situasi merupakan faktor yang berperan penting

³³ Adi gunawan, *Op., Cit.* h.5-6

³⁴ Syamsu Yusuf, *Op. Cit.*, h. 185

dalam proses kontrol diri. Situasi yang dihadapi akan dipersepsi berbeda oleh setiap orang, bahkan terkadang situasi yang sama dapat dipersepsi yang berbeda pula sehingga akan mempengaruhi cara memberikan reaksi terhadap situasi tersebut. Setiap situasi mempunyai karakteristik tertentu yang dapat mempengaruhi pola reaksi yang akan dilakukan oleh seseorang. Faktor ketiga yaitu etnis atau budaya mempengaruhi kontrol diri dalam bentuk keyakinan atau pemikiran, dimana setiap kebudayaan tertentu memiliki keyakinan atau nilai yang membentuk cara seseorang berhubungan atau bereaksi dengan lingkungan. Budaya telah mengajarkan nilai-nilai yang akan menjadi salah satu penentu terbentuknya perilaku seseorang, sehingga seseorang yang hidup dalam budaya yang berbeda akan menampilkan reaksi yang berbeda dalam menghadapi situasi yang menekan, begitu pula strategi yang digunakan. Setelah etnis, pengalaman yang diperoleh dari proses pembelajaran lingkungan keluarga juga memegang peran penting dalam kontrol diri seseorang. Pada masa selanjutnya seseorang bereaksi dengan menggunakan pola fikir yang lebih kompleks dan pengalaman terhadap situasi sebelumnya untuk melakukan tindakan, sehingga pengalaman yang positif akan mendorong seseorang untuk bertindak

yang sama, sedangkan pengalaman negatif akan dapat merubah pola reaksi terhadap situasi tersebut. Yang terakhir adalah faktor usia, semakin bertambahnya usia pada dasarnya akan diikuti dengan bertambahnya kematangan dalam berpikir dan bertindak. Hal ini dikarenakan pengalaman hidup yang telah dilalui lebih banyak dan bervariasi, sehingga akan sangat membantu dalam memberikan reaksi terhadap situasi yang dihadapi. Orang yang lebih tua cenderung memiliki *self control* yang lebih baik dibanding orang yang lebih muda.

Remaja dalam melaksanakan *self control* membutuhkan beberapa faktor pendukung, penulis menguraikan beberapa pendukung upaya remaja menurut pendidikan islam, sebagai berikut :

- a) Mengembangkan pemahaman agama.
- b) Meyakini agama sebagai pedoman hidup.
- c) Meyakini bahwa setiap perbuatan manusia tidak lepas dari pengawasan Allah.
- d) Meyakini kehidupan akhirat.
- e) Meyakini bahwa Allah Maha penyayang dan Maha pengampun.
- f) Melaksanakan salat.
- g) Mempelajari Al-Qur`an.

- h) Berdoa kepada Allah.
- i) Menghindarkan diri dari perbuatan yang dilarang agama.
- j) Menghormati kedua orangtua dan oranglain.
- k) Bersabar dan bersyukur.³⁵

Menurut penulis dari beberapa faktor pendukung *self control* terutama pada masa remaja tersebut dapat disimpulkan pendidikan Islam adalah yang sangat penting dimiliki sebagai upaya remaja dalam melaksanakan *self control*. Jika pendidikan islam telah menjadi dasar pengetahuan dan sebagai pondasi sudah kokoh maka akan terbentuklah generasi yang kuat dan sempurna seperti akhlak para Nabi.

2.3.Prinsip-Prinsip Dalam Mengendalikan Diri

Dalam pelaksanaan *self control* terdapat beberapa prinsip yang dapat diketahui, seperti :³⁶

- a. Prinsip kemoralan.
- b. Prinsip kesadaran
- c. Prinsip Perenungan
- d. Prinsip Kesabaran
- e. Prinsip Pengalihan Perhatian

³⁵Syamsu Yusuf, *Op., Cit.* h. 206-207

³⁶ Gunawan Adi, *Op., Cit.* h.6-7

Menurut piaget, yang dikutip Syamsul Bahri, perkembangan moral merupakan kombinasi faktor pembawaan dan lingkungan.³⁷ Menurut Kolberg, yang dikutip Desmita dalam psikologi perkembangan masa remaja, menyatakan bahwasannya remaja sudah dapat mengenal konsep moralitas seperti : kejujuran, keadilan, kesopanan, dan kedisiplinan.³⁸ Menurut Amil, dalam etika & pendidikan menyatakan bahwa, moral adalah lambang humanitas tertinggi, oleh karena itu potensi psikis berupa akal, kemauan dan perasaan agar ia mampu berkreaitivitas dan berimajinasi dalam kehidupannya.³⁹ Menurut Rahayu, Manusia memiliki kekuatan untuk mengendalikan diri, dan salah satu anugrah Allah kepada manusia adalah kesadaran diri (*self awareness*).⁴⁰ Raghil al-Isfahani yang dikutip Amril dalam etika islam mengatakan bahwa, sesungguhnya eksistensi ghadab (marah) itu tidak muncul begitu saja sebagai akibat terjadinya tekanan dari luar diri seseorang, akan tetapi erat kaitannya dengan bangga diri, sombong, dan hidup berpura-pura. Ini dinilai sebagai sesuatu yang menimbulkan marah.⁴¹

³⁷ Syamsul Bachri Thalib, *Op., Cit*, h.58

³⁸ Desmita, *Op., Cit*, h.207

³⁹ Amril M, *Etika dan Pendidikan*, (Pekanbaru : LSK2P dan Aditya Media, 2005), h. xi

⁴⁰ Rahayu Ginintasasi, *Op., Cit*, h. 1

⁴¹ Amril M, *Op., Cit*, h. 163

Dari beberapa prinsip-prinsip pengendalian diri atau *self control* tersebut maka penulis menganalisa bahwa pertama prinsip kemoralan adalah prinsip yang dimiliki seseorang untuk melakukan sesuatu menurut pengetahuan moralnya. Mengingat moral adalah sesuatu yang bersifat abstrak, maka menurut penulis moralitas membutuhkan proses pendidikan dalam pengaktualisasian dirinya, sebaliknya pendidikan membutuhkan moralitas dalam pengungkapan jati dirinya. Setiap agama pasti mengajarkan moral yang baik bagi setiap pemeluknya, misalnya tidak mencuri, tidak membunuh, tidak menipu, tidak berbohong, tidak mabuk-mabukan, tidak melakukan tindakan asusila maupun tidak merugikan orang lain. Prinsip kedua adalah kesadaran. Prinsip ini mengajarkan kepada kita agar senantiasa sadar saat suatu bentuk pikiran atau perasaan yang negatif muncul. Misalnya seseorang menghina atau menyinggung kita, maka kita marah. Jika kesadaran diri kita bagus maka kita akan tahu saat emosi marah ini muncul, menguasai diri kita dan kemungkinan akan melakukan tindakan yang akan merugikan diri kita dan orang lain. Prinsip ketiga adalah dengan melakukan perenungan, maka kita akan cenderung mampu mengendalikan diri. Secara sederhana dapat digambarkan bahwa saat

emosi aktif maka logika kita tidak jalan, sehingga saat kita melakukan perenungan atau berpikir secara mendalam maka kadar kekuatan emosi atau keinginan kita akan cenderung menurun. Keempat prinsip kesabaran, emosi yang bergejolak merupakan situasi yang sementara, salah satu cara yang dapat digunakan adalah dengan bersabar sampai emosi surut dan dapat berfikir menentukan reaksi yang tepat. Kelima prinsip pengalihan perhatian. Situasi dan kondisi yang memberikan tekanan psikologis sering menghabiskan waktu, tenaga dan pikiran yang cukup banyak bagi seseorang untuk menghadapinya. Saat kita berhasil memaksa diri memikirkan hanya hal-hal yang positif maka emosi kita akan ikut berubah kearah yang positif juga. Disini penulis mensosialisasikan beberapa prinsip *self control* kepada remaja di SMP IT FIS Pekanbaru.

B. Tinjauan Penelitian Relevan

Sejauh ini penulis masih belum bisa menemukan banyak literatur berbicara tentang tema ini. Berdasarkan uraian tersebut maka pembahasan yang relevan dengan *self control* remaja dengan penelitian kuantitatif yang penulis upayakan untuk mengupas pembahasan tentang “upaya remaja dalam melaksanakan *self control* di SMP Islam

Terpadu *Future Islamic School* Pekanbaru”, Ada beberapa referensi yang ada kaitannya dengan penelitian penulis, yaitu:

1. M. Nur. Ghufon, tahun 2003,⁴² yang berjudul : Hubungan control diri, persepsi remaja terhadap penerapan *disiplinotoriter* orang tua dengan *prokrastinasi akademik*. Penelitian kuantitatif ini membahas metode tentang *self control* remaja, memiliki keterkaitan pada hubungan *self control* remaja, menghasilkan temuan tentang:

1. Ada pengaruh negatif antara *self control* dengan prokrastinasi akademik.
 2. Ada hubungan negatif antara persepsi remaja terhadap penerapan *disiplinotoriter* orang tua dengan *prokrastinasi akademik*.
 3. Ada hubungan positif antara persepsi remaja terhadap penerapan disiplin *permisif* orang tua dan disipliner akademik.
2. Zahro Varisna Rohmadani 2011,⁴³ yang berjudul : Efektivitas pelatihan control diri (*self control*) dalam menurunkan kecenderungan

⁴² M. Nur Ghufon, *hubungan kontrol diri, persepsi remaja dengan terhadap penerapan disiplin orang tua dengan prokrastinasi akademik*, (Yogyakarta : Tesis ilmu psikologi UGM, 2003).

⁴³ Zahro Varisna Rohmadani, yang berjudul : *Ektivitas pelatihan control diri (Self Control) dalam menurunkan kecenderungan kenakalan remaja di madrasah aliyah negeri Yogyakarta I*, (Jogyakarta : Skripsi UIN Kalijaga, 2011), h. 89

kenakalan remaja di madrasah aliyah negeri Yogyakarta II. Penelitian kuantitatif ini membahas metode tentang *self control* pada remaja, memiliki keterkaitan pada hubungan *self control* remaja, menghasilkan temuan tentang:

1. Penelitian ini terdapat perbedaan antara skor pre-test dan post-test pada subjek yang tergabung dalam kelompok eksperimen.
2. Pelatihan control diri (*self Control training*) efektif dalam menurunkan kecenderungan kenakalan pada remaja.
3. Nur Lailatul Muniroh 2013,⁴⁴ Hubungan Antara Control diri dan perilaku disiplin pada santri di pondok pesantren. Penelitian kuantitatif ini membahas metode tentang *self control*, memiliki keterkaitan pada hubungan *self control* remaja, menghasilkan temuan tentang:

1. Pengertian semakin tinggi *self control* santri di pondok pesantren maka semakin tinggi pula perilaku disiplin santri tersebut, begitu pula sebaliknya jika semakin rendah tingkat *self control* santri maka semakin rendah perilaku disiplinnya.

⁴⁴ Nur Lailatul Muniroh 2013, *Hubungan Antara Control diri dan perilaku disiplin pada santri di pondok pesantren*, (Yogyakarta : Skripsi UIN Kalijaga, 2013), h.127

2. Pernyataan bahwa *self control* itu baik sehingga mampu mengontrol perilaku santri dalam tingkat kedisiplinan di dalam pesantren.

C. Konsep Operasional

Berdasarkan judul Tesis yang sudah diangkat sebelumnya, maka penulis akan mengadakan penelitian, sehingga sampai saat ini gagasan penelitian muncul dan belum ditemukan penelitian yang membahas tentang: "Upaya remaja dalam melaksanakan *self control* di Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu *Future Islamic School* Pekanbaru", hal ini sebagai bentuk betapa *urgennya self control* bagi remaja SMP. Konsep operasional itu sangat diperlukan dalam penelitian guna menghindari salah tafsir tentang tulisan oleh pihak pembaca, maka istilah-istilah pokok, pengertian khususnya yang dalam tulisan perlu dioperasionalkan, sebagai berikut :

- a. *Behavior control* (kontrol perilaku), upaya remaja dalam mengontrol tingkah laku dengan melaksanakan *self control* seperti berwudhu, istigfar, sholat, puasa, mencari hiburan yang positif, mengaji Alqur`an, dll .
- b. *Cognitif control* (kontrol kognitif), upaya remaja dalam melaksanakan *self control* jenis ini yaitu dengan menggunakan

fikirannya untuk mengatasi suatu permasalahan, misalnya : belajar, berfikir dengan menggunakan prinsip kemoralan, mengamati dan menyimpulkan setiap kejadian, mengikuti seminar dan traning-traning tentang pendidikan.

- c. *Decision control* (Mengontrol Keputusan), *self control* jenis ini adalah upaya mengambil suatu keputusan sikap yang baik, dan berhati-hati dalam memilih tindakan, seperti : memutuskan untuk memilih teman yang baik, memutuskan untuk bersekolah dari pada main atau melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat, memutuskan untuk bersabar dan tidak bertengkar jika ada perselisihan, memutuskan untuk tidak mencoba hal-hal negative (merokok, narkoba, menonton film porno, membaca bacaan yang tidak mendidik).
- d. *Informational control* (Mengendalikan Informasi), kemampuan berupaya mencari dan mengumpulkan informasi dari orang dewasa atau para ahli di bidangnya yang akan memberikan solusi dalam suatu permasalahan, misalnya : Curhat kepada (orang tua, guru, atau orang dewasa yang dapat dipercaya), dan

searching internet apa yang dapat membantu remaja dalam mengatasi perasaan (marah, emosi, asmara, kecewa, dll).

- e. *Retrospektif Control* (Mengontrol Menafsirkan Peristiwa), Kemampuan berupaya berfikir tentang makna dan hikmah terhadap suatu kejadian, seperti : melakukan perenungan (*intropeksi*) dan meyakini diri bahwa ada hikmah dibalik setiap peristiwa, *self control* jenis ini dapat diimplikasikan dengan cara ; bersabar, ikhlas, berdoa, puasa, sholat, dan bersedekah.